



# Gezondere kindermenu's

Ervaringen bij restaurants in het aanbieden van gezonde(re) kindermenu's

## Achtergrond onderzoek

Groen, Gezond en in Beweging zet zich met het project 'Zet Vetlekker op de Kaart!' in voor meer gezonde(re) kindermenu's in restaurants op de menukaart. In het project bedenken kinderen samen met koks nieuwe en gezondere kindergerechten voor restaurants. Als onderdeel van het project is er onderzoek gedaan naar de ervaringen bij restaurants in het aanbieden van gezondere kindermenu's.

Er is onderzocht wat de redenen zijn voor de samenstelling van het huidige kindermenu én wat restaurants motiveert en weerhoudt om een gezond(er) kindermenu aan te bieden. Ook is er gevraagd wat restaurants nodig hebben om een verandering te maken naar een gezond(er) kindermenu. De percentages en scores zijn gebaseerd op gemiddelden.



## Respondenten onderzoek

Het onderzoek bestond uit een vragenlijst en interviews. De respondenten van de vragenlijst bestonden uit 44 (mede)eigenaren, 18 managers, 26 chef-koks en 6 andere medewerkers van restaurants in Nederland. De respondenten van de interviews bestonden uit 3 eigenaren, 1 manager en 2 chef-koks van restaurants in de omgeving van Nijmegen die betrokken zijn met het project 'Zet Vetlekker op de Kaart!'.

## Bereidheid voor verandering naar gezond(er) kindermenu

6.8 noodzaak

7.1 gemak\*

7.3 bereidheid

59% minder gefrituurde producten aanbieden

53% minder bewerkte producten gebruiken

49% kleinere porties aanbieden

46% zo min mogelijk zout toevoegen

46% geen toegevoegde suiker gebruiken

5.5

**Gezondheidsscore**  
Huidig kindermenu\*

*\* respondenten met een ongezond kindermenu geven een significant lagere score dan respondenten met een gezond kindermenu*

## Redenen voor de samenstelling van het huidig kindermenu

48% de wens van kinderen en ouders naar ongezonde kindergerechten

43% omdat uit eten gaan een speciale gelegenheid is

42% de wens van kinderen en ouders naar gezonde kindergerechten\*

24% om kinderen nieuwe smaken aan te reiken\*

19% wordt ontwikkeld met ingrediënten van de menukaart voor volwassenen



*"Een kind mag nu eventjes genieten, want we zijn uiteten, het is een feestelijke dag als je uit eten gaat. Ik denk dat dat het grootste struikelblok is om een verandering te maken naar een gezonder kindermenu".*

*"Als je alleen maar gezonde gerechten aanbiedt, dan kan ik me voorstellen dat je mensen buitensluit".*

*"We proberen de kinderen te stimuleren dat ze met de ouders mee eten en gewoon een normaal gerecht te eten krijgen, met een aangepaste portie natuurlijk".*

## Motivaties om een gezond(er) kindermenu aan te bieden

49% de vraag en behoefte van kinderen en ouders naar gezonde kindergerechten\*

48% om te streven naar vernieuwingen in keuzes voor kinderen

47% om als restaurants positiever onder de aandacht te komen

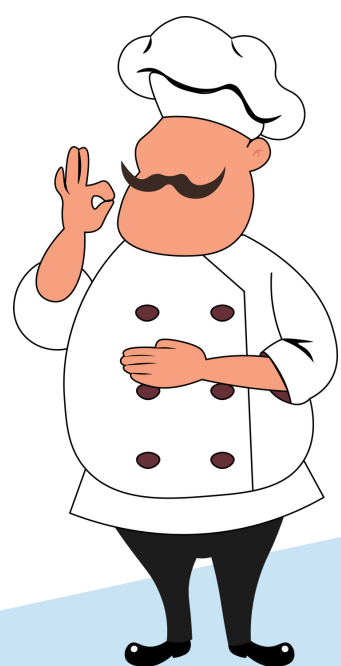
43% om te anticiperen op de ongezonde leefstijl van kinderen

40% om kinderen nieuwe smaken aan te reiken

30% om bij te dragen aan de gezondheid van kinderen

*"Kijk als je hier dan de mogelijkheid hebt om daar een beetje van uit te stralen en als je daar dan lekkere gerechten van kan maken, dan ben je wat mij betreft gewoon goed bezig voor de mens".*

*"Als je kijkt naar wat een kind nodig heeft, nou ze hebben geen bakken zout of suiker nodig, en geen smaakversterkers of e-nummers. Dus als men die nou weg laat, dan heb je in de basis al heel veel gewonnen in het creëren van een verantwoordelijk kindergerecht".*



\* vinden vooral respondenten met een gezond kindermenu



## Belemmeringen om een gezond(er) kindermenu aan te bieden

**97%** ouders beslissen vaak mee over de ongezonde gerechtskeuze van kinderen

**88%** weinig vraag van kinderen naar een gezond kindergerecht

**80%** twijfel of kinderen begrip en acceptatie hebben

**76%** weinig vraag van ouders naar een gezond kindergerecht\*

**71%** groente en fruit van kindergerechten wordt vaak niet opgegeten

**63%** twijfel of ouders begrip en acceptatie hebben

**48%** gezonde kindergerechten zijn niet populair\*

*\* vinden vooral respondenten met een ongezond kindermenu*

*"Op het moment dat je het gesprek met het kind moet aangaan en het kind aangeeft het niet lekker te vinden etc. dan ben je daar meer mee bezig en ik denk dat dat een onderdeel is waar ouders geen zin in hebben als ze uit eten zijn".*

*"Als je merkt dat 9 van de 10 kinderen een tosti neemt en 1 iemand kiest voor een iets gezonder gerecht, die je speciaal voor dat kind op voorraad moet hebben. Dan heb je daar gewoon niks aan, dat kost je eigenlijk alleen maar geld. Het is niet rendabel".*

## Handvatten om een gezond(er) kindermenu aan te bieden

- vraag en behoefte van kinderen en ouders
- eenvoudige strategieën
- creativiteit voor de balans tussen gezonde en lekkere kinderrechten
- vertaalslag van wat kinderen lekker en leuk vinden
- aantrekkelijk presentatie van gezond(er) kindermenu
- ideeën van kinderen (project 'Zet Vetlekker op de Kaart!')



*"We willen precies in de sweet spot gaan zitten, dat het dus een verwennerij is en gezond tegelijkertijd. En die sweet spot vinden is de grote uitdaging van een gezonder kindermenu eigenlijk".*

*"Je merkt dat kinderen met dingen aankomen die wij zelf niet zouden bedenken. Dat we al snel iets niet doen, omdat de kinderen dat niet lekker vinden".*



Meer weten over het project 'Zet Vetlekker op de Kaart!' en gezonde voeding in Nijmegen, zie